



PROTEGER LOS DIENTES DE LECHE

¡Los dientes de leche son importantes! Los niños necesitan encías y dientes sanos para formar palabras, tener un espacio saludable para los dientes adultos y una sonrisa agradable.

¿CUÁNDO SALDRÁN LOS DIENTES DE MI BEBÉ?

Los dientes de leche comenzarán a salir aproximadamente a los 6 meses. ¡Es importante cuidar los dientes de leche de su hijo! Ayuda a establecer buenos hábitos de salud bucal para la vida.

LA DENTICIÓN

- Los bebés pueden tener las encías sensibles durante el período de dentición.
- Es común babear, quejarse o tener poco apetito.
- Calme las encías con una toallita fría o un anillo de dentición.

¿SABÍA QUE?

Chuparse el dedo y usar un chupón puede causar problemas en los dientes. Hable con su dentista si su hijo usa un chupón o se chupa el dedo.

CÓMO CUIDAR LA BOCA Y LOS DIENTES DE SU HIJO

- Comience una rutina de limpieza de las encías de su bebé. Use una toallita limpia y húmeda para higienizar suavemente las encías, lo que reduce la placa que puede dañar los dientes nuevos.
- Cuando su hijo tenga su primer diente, cambie a un cepillo suave. Use una cantidad pequeña de pasta de dientes con flúor, del tamaño de un grano de arroz. Cepille con pequeños círculos suaves sobre cada diente.
- Cepille los dientes dos veces al día. Ayude hasta los 3 años y supervise el cepillado de su hijo hasta los 8 años.
- Un dentista debe ver al niño cuando le sale el primer diente y se recomienda una visita antes de su primer cumpleaños.



DIENTES LIMPIOS PARA UNA SONRISA SANA Y FELIZ

¡Su hijo puede tener caries tan pronto como aparezca su primer diente! Si las caries son severas, se puede tener que remover los dientes de leche. El dolor causado por las caries puede dificultar que su hijo coma, duerma lo suficiente, se comporte bien, preste atención y aprenda a hablar.

PREVENIR LAS CARIES

- Desacostumbre a su bebé del biberón entre los 12 y los 14 meses.
- Es mejor tomar agua corriente entre comidas y tentempiés. Tomar pequeños sorbos de otras bebidas durante el día puede causar caries.
- Limpie los dientes de su hijo antes de acostarlo.
- Si un niño pequeño tiene sed durante la noche, ofrézcale agua. Otros líquidos en los dientes de su hijo durante la noche pueden causar caries.
- El flúor ayuda a prevenir las caries. Pregunte a su dentista si su hijo está recibiendo suficiente flúor.
- Use un chupón limpio sin azúcar ni miel.
- No le pase caries a su hijo. Evite usar los utensilios de usted para alimentarlo, poner su chupón en la boca o darle comida que usted ya haya masticado.

Dientes sanos



Caries tempranas



Caries avanzadas



NO

- ✗ No ofrezca jugos, refrescos u otras bebidas en el biberón.
- ✗ No lo acueste con un biberón o una taza.
- ✗ No sumerja el chupón en azúcar o miel ni lo ponga en su boca antes de dárselo a su hijo, ya que así puede transferirle bacterias dañinas.